

Потреби в Інтернеті дітей різних вікових груп

- **Дитині до 7 років** цікаво і необхідно грати, особливо – у розвиваючі і сюжетно – рольові ігри, якщо дотримуватися часових обмежень. Інакше віртуальні ігри можуть швидко стати для дитини сенсом життя, а реального спілкування вона буде уникати. Відводьте на віртуальні ігри півгодини в день, а на ігри з однолітками – 3-4 години.



- **З 7 до 11 років** діти, як і раніше, люблять грати і прагнуть використовувати Інтернет саме як майданчик для ігор.



- **Дитина в 11-14 років** – це підліток. І найголовнішою, провідною його діяльністю є спілкування з однолітками. Тут Інтернет може стати просто незамінним помічником. Але, знов таки, все добре в міру! Інтерактивне спілкування потрібно обов'язково поєднувати з реальним.



- **Дитина старше 14 років** – уже досить доросла людина, яка вважає, що сама краще знає, як їй потрібно поводитися, яку музику слухати, що читати, з ким спілкуватися.



Ризики в Інтернеті

- Доступ до сайтів, що не призначені для перегляду дітьми.
- Контакти з незнайомим людьми через чати, системи миттєвих повідомлень, електронну пошту.
- Надання інформації особистого (конфіденційного) характеру.
- Проблеми технологічного характеру.
- Питання, пов'язані з покупками і фінансовими витратами.



Загрози для дітей в Інтернеті

- Виготовлення, розповсюдження і використання матеріалів зі сценами насильства над дітьми.
- Наполегливе чіпання в мережі, розмови на теми сексу, насильства, «зваблення».
- Показ невідповідних віку, нелегальних та шкідливих матеріалів, що впливають на психіку, приводять до фізичної шкоди.
- Переслідування і залякування.



ПАМ'ЯТКА БАТЬКАМ ЩОДО ПЕРЕБУВАННЯ ДІТЕЙ В ІНТЕРНЕТІ

1. Будуйте довірливі стосунки з дитиною. Якщо дитина довірятиме батькам, то вона нічого не приховуватиме від них. Завдання батьків – будувати довірливі стосунки з дітьми.

Батьки повинні взаємодіяти зі своєю дитиною на рівні довіри, створити таку систему стосунків, коли дитина може легко в них щось запитати чи розповісти їм, адже розуміє, що дорослі не будуть моралізувати і повчати, а, навпаки, дадуть слухні поради, котрі допоможуть їй в житті.

2. Розмовляйте з дитиною. Завжди підтримуйте розмову з дитиною, про що б вона не була. Хоч би скільки часу та сил забирала у вас робота та інші справи, майте достатньо часу для власних дітей.

3. Стежте за тим, які сайти відвідує дитина, що вона слухає і дивиться. Не варто давати дитині можливість сидіти за комп'ютером у навушниках, адже за такої умови вона може дивитися що завгодно. Бажано встановити на комп'ютер програму «батьківський контроль», яка дозволяє контролювати відвідування окремих сайтів.

4. Не панікуйте! Змиріться з тим, що ви не можете повністю контролювати життя дитини. Багато батьків у паніці вирішують встановити тотальний контроль над дитиною. Тотальний контроль означає, що дитина буде намагатися його обійти. Ваше завдання - не контролювати, а надати підтримку, аби дитина прийшла до вас із проблемою, а не приховувала її.

5. Виховуйте свідомого Інтернет-користувача. Потрібно говорити дитині про те, що є певна небезпека у користуванні Інтернетом (доступ до сайтів, що не призначені для перегляду дітьми; контакти з незнайомим людьми через чати, системи миттєвих повідомлень, електронну пошту; надання інформації особистого (конфіденційного) характеру; питання, пов'язані з покупками і фінансовими витратами.)

6. Навчайте дитину мислити критично. Дитина повинна вміти самостійно фільтрувати інформацію, що надходить їй, вміти аналізувати її, зіставляти з іншою інформацією, складати власну думку.

7. Будьте прикладом власній дитині. Батьки повинні на власному прикладі показувати, що вони не заходять на сумнівні сайти і не користуються непотрібним контентом.

8. Слідкуйте за змінами у поведінці дитини. Турботливі та уважні батьки завжди помітять, що з дитиною щось відбувається (дитина починає вночі сидіти в Інтернеті, перебуває в депресивному стані, вона замикається в собі, перестає з будь-ким спілкуватися, окрім комп'ютера, навіть втрачає своїх друзів, у неї різко падає успішність, змінюються музичні пристрасті, коло спілкування, з'являються нові захоплення).

9. Приділяйте більше уваги психологічному стану дитини. Запитуйте дитину про її справи, чим вона буває засмучена, що приємного з нею сталося сьогодні...

10. Цікавтесь життям дитини. Запитуйте дитину, що їй подобається, просіть розповісти про друзів, цікавтесь інтересами та захопленнями своєї дитини, частіше бувайте разом.

11. Підтримуйте емоційний зв'язок із дитиною. Більше обіймайте дитину, розповідайте їй про своє дитинство...

12. Заповніть вільний час дитини цікавими справами. Батьки мають сприяти тому, щоб дитина мала чим зайнятися у вільний від навчання час.

Що потрібно робити батькам?

Спробуйте вивести дитину на розмову

Завжди підтримуйте розмову з дитиною, про що б вона не була

Якщо дитина не хоче говорити з вами про свої проблеми, але хоче говорити про якусь комп'ютерну гру або про музику, то підтримуйте ці розмови. Якщо ви будете щиро цікавитися життям дитини, то вам буде легше повернути її довіру.

Придумайте дитині заняття

Якщо ваш син або дочка проводять в Інтернеті дуже багато часу, спробуйте придумати їй альтернативне заняття: запропонуйте разом сходити на пробний урок зі скелелазіння або в турпохід, на якийсь майстер-клас - а раптом дитину «затягне» нове захоплення сильніше, ніж віртуальна реальність? Тоді у неї не буде необхідності шукати однодумців в соціальних мережах.

Частіше будьте разом

Для дитини важливо бути частиною чогось цілого, то нехай цим цілим буде для неї сім'я.

